

CARDÁPIO | SETEMBRO 2019

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/09	03/09	04/09	05/09	06/09
DESJEJUM	Leite com achocolatado e pão frances com requeijão	Chá e pão brioche com queijo branco	Leite com achocolatado e bisnaguinha com creme de ricota	Leite com achocolatado e bolo de baunilha	Vitamina de frutas e pão de forma com geléia
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, omelete de legumes, salada de alface e fruta da época	Arroz, feijão carioca, escondidinho de carne moída com purê de batata gratinado, salada verde com tomate e cenoura e fruta da época	Macarrão ao molho três queijos, frango grelhado, salada de escarola com acelga e fruta da época	Arroz, feijão carioca, carne de panela, milho na manteiga, salada verde com pepino e fruta da época	Arroz, feijão preto, sobrecoxa assada, suflê de abobrinha, salada de afrião com tomate cereja e gelatina
	09/09	10/09	11/09	12/09	13/09
DESJEJUM	Leite com achocolatado e rosquinha de chocolate	Suco de fruta e pizza no pão de forma	Leite com achocolatado e pão frances com queijo	Leite com achocolatado e tapioca com margarina	Leite com achocolatado sabor morango e pão de leite com queijo branco
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Paó de queijo	Fruta da época	Espiga de milho
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, stroganoffe de frango, batata palha, salada verde e fruta da época	Lasanha ao molho de tomate, carne desfiada refogada, salada de catalonha e fruta da época	Arroz, feijão carioca, frango ao molho de laranja, bolinho de grão de bico assado, salada de alface com tomate e fruta da época	Arroz, feijão preto, rocambole de pizza, salada de legumes assado e fruta da época	Arroz, lentilha, cação com batata, cenoura e brocolis no forno, salada verde e bananinha (doce)
	16/09	17/09	18/09	19/09	20/09
DESJEJUM	Leite com achocolatado e bisnaguinha com requeijão	Leite com achocolatado sabor morango e torrada com creme de ricota	Suco de fruta e bolo pão de mel	Leite com achocolatado e pão frances com margarina	Chá e pão sovado com queijo branco
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, escondidinho de batata doce com frango, legumes grelhados e fruta da época	Arroz integral, feijão carioca, filé de peixe grelhado, purê de abobora, brocolis no vapor e fruta da época	Arroz, feijão carioca, bife a parmegiana, batata assada com alecrim, salada de alface e fruta da época	Macarrão ao molho de tomate e manjericão, sobrecoxa assada, salada verde e fruta da época.	Arroz, feijão preto, hamburguinho caseiro assado, salada de acelga com couve, tomate e pudim de chocolate
	23/09	24/09	25/09	26/09	27/09
DESJEJUM	Leite com achocolatado e pão frances com geléia	Suco de fruta e pizzinha de forno	Leite com achocolatado e pão de leite com margarina	Leite com achocolatado e tapioca com requeijão	Leite com achocolatado e rosquinhas variadas
COLAÇÃO	Fruta da época	Fruta da época	Pão de queijo	Fruta da época	Espiga de milho cozida
ALMOÇO	Arroz, feijão carioca, omelete de rucula com tomate seco, mussarela, salada verde e fruta da época	Arroz, feijão carioca, carne de porco assada, farofa, salada de escarola com tomate e fruta da época	Arroz, feijão carioca, iscas frango refogado, berinjela a milanesa, salada verde e fruta da época	Arroz, feijão carioca, carne assada, couve flor gratinada, salada de alface mimosa com cenoura e fruta da época	Arroz integral, feijão carioca, filé de frango grelhado, bolinho de arroz com cenoura assado, salada de folhas e gelatina
	30/09				
DESJEJUM	Leite com achocolatado e bolo salgado				
COLAÇÃO	Fruta da época				
ALMOÇO	Arroz de forno (com legumes), frango desfiado ao molho de tomate, salada verde e fruta da época				

OBS: Os legumes e verduras podem ser substituídos caso não haja disponibilidade de compras.
RT: Paula F. M. de Almeida CRN 28128

Praça Frederico Ozanan, 158 • Moinho Velho
Ipiranga • São Paulo • SP • CEP 04286-010
Tel. (11) 2219-6320
www.colegiovirgempoderosa.com.br
@colegiovicentinvirgempoderosa



COLÉGIO VICENTINO
VIRGEM PODEROSA